

まちづくりはひと粒の個性から。

ひとつぶ

市民活動・NPO
センターだより
2025 Summer

プレゼント

アンケートに
答えてGET!

小さな気づき、育つ想い／

まちづくりの

タネ

動き出した想い、手を取り合って地域へ。

誰かのひとことや、日常の小さな違和感が行動のタネになる。
想いから生まれた取り組みが、今、地域を動かしはじめています。



地域で暮らすなかで、「何かできないかな」と感じた気持ちが、行動のはじまりになることがあります。令和7年度は、市民のそんな想いに支えられた22の事業が、補助金の交付を受けて動き出しました。

それぞれの事業の背景には、地域の課題に気づいた人たちの想いや願いがあります。どんな人が、どんな想いで地域の課題に向き合い、活動しているのか？ぜひ、それぞれの団体が実施するイベントへ足を運んでみてください。共感や気づきがきっと見つかるはずです。

採択団体の
詳細はこちら／



「ひとつぶ」とは？ 一人ひとりが自分のペースで気軽に地域とつながる情報紙です。

まちづくりのタネ

－小さな気づき、育つ想い－

あなたの日常にある「こうなったらいいな」という想い。そんな小さな気づきがどのように地域を豊かにする活動へと育っていくのか。その背景にある人々の熱い想いや知られざる道のりをそれぞれの視点からたどります。

市民活動団体

「あかちゃんの育つ環境を守る会・ゆるりんこ」×宗像市の “協働”^{*1}がはじまります！ 2025.9～



事業名

『はじめのはじめのいっぽセミナー』

第1子が生後2ヶ月から4ヶ月の赤ちゃんとお母さんを対象に、ベビーマッサージ・あやし歌・おしゃべりタイムなどを通じて、赤ちゃんとのコミュニケーションや赤ちゃんの育つ力について1クール6回連続講座で学びます。^{*2}

団体の想い

Q：「はじめのはじめのいっぽセミナー」を実施するようになった経緯を教えてください。

この事業は宗像市内でも年間1～3クールほど行われていましたが、それでは十分にサポートできていないと感じていました。そこで、対象となるすべての親子に「はじめのはじめのいっぽセミナー」に参加してもらいたいという想いから、2018年に市民活動団体「あかちゃんの育つ環境を守る会・ゆるりんこ」を立ち上げました。現在は年間5クールまで回数を増やして実施しています。また、セミナー終了後のフォローも必要と考え、お母さんたちの交流の場づくりや子育て講座なども行っています。

Q：なぜ対象が「第1子で2ヶ月から4ヶ月の赤ちゃんとお母さん」なのでしょう？

第1子に限定するのは、最も支援が必要な時期だからです。はじめての子育てはわからないことだらけで、お母さんは孤独感や情報過多による不安を抱えやすい傾向にあります。産後のストレスが高いこの時期に人とつなが



Q：宗像市との協働はどのようにして実現しましたか？

私たちはこれまで、この時期の赤ちゃんとお母さんのサポートを市と連携して行う必要性を強く感じ市にも想いを伝えてきました。今回の協働が実現したきっかけの一つとして「宗像市こども計画」のパブリック・コメント^{*3}に「はじめのはじめのいっぽセミナー」の参加者をはじめ、市民から145件もの声が寄せられたことが大きいと思います。市民が声をあげることの大切さを改めて感じました。市も必要性を感じ、双方の想いが一致したことで、長年の想いが実を結び協働へと新たな一歩を踏み出すことになりました。

Q：協働で事業を行うことで市に一番期待することを教えてください。

バックアップ体制です。団体だけでは対応困難なケースも、協働による市との連携があることで、より丁寧なサポートができるようになります。また、市からの情報発信（赤ちゃん訪問や乳幼児健診など）により、この事業への信頼性が高まり、より多くの親子との接点生まれ、お母さんたちが安心して参加できるようになることを期待しています。

市の想い

Q：団体のことを知ったきっかけを教えてください。

団体が「宗像市人づくりでまちづくり事業補助金」を活用して「はじめのはじめのいっぽセミナー」を実施しており、赤ちゃん訪問の際にチラシの配布を依頼されたことなどから、団体のことを知りました。この事業は古賀市や宮若市など、他市でも実施されていることは市としても把握していました。

Q：団体との協働を進めていこうと考えたきっかけを教えてください。

団体との課題感の一致が大きなきっかけとなりました。核家族化や少子化など社会環境の変化により子育てを学ぶ機会が減少しています。子育てを学ぶ機会を提供し、お母さんたちが安心して相談できる場、同じ悩みを持つお母さん同士のつながりをつくる必要性を強く感じていました。

Q：団体スタッフが持つ専門性や強みについて教えてください。

保育士、看護師、小児科医、ベビーマッサージインストラクター、おんぶと抱っこ指導者など、さまざまな専門資格を持つスタッフがいます。専門家が連携することで、お母さんが抱える多種多様な課題に対し、多面からアプローチするチーム支援を実現しています。

Q：事業にかける想いや今後の発展について教えてください。

私たちは「はじめのはじめのいっぽセミナー」を通じて、子育て中のお母さんが一人で悩みを抱え込まず、地域とのつながりや仲間をつくることで“自分で考え、楽しく、自分らしい子育て”ができるようにサポートしていきます。今後は、育児休業を取得するお父さんが増えている社会背景をふまえ、お父さん向けのプログラムも実施していく予定です。家族が協力し合える環境の構築をサポートしていくことも大切だと考えています。



Q：「第1子で生後2ヶ月から4ヶ月の赤ちゃんとお母さん」を支援する重要性について、市ではどのように考えていますか？

赤ちゃんが生まれてからの生活の劇的な変化、産後のホルモンバランスの崩れによる産後うつリスク、お母さんの不安定な状態から虐待につながりやすい時期であることから、この時期の支援はとても重要と認識しています。宗像市では2024年の出生数が618人で、そのうち第1子が約4割でした。この事業では1クール最大12組まで参加できますので、年間5クール実施することで第1子の約25%を支援できることを期待しています。

Q：協働で事業を行うことで団体に期待することを教えてください。

お母さん同士がつながるきっかけづくりや、気軽に相談できる仲間づくりの場となることを願っています。さらに、赤ちゃんとお母さんの健康状態、家庭環境に何らかの課題がみられた場合には、タイムリーな情報提供や関係機関との連携を図りながら、適切な支援につなげていきます。

Q：事業にかける想いや今後の発展について教えてください。

子育ての悩みを一人で抱え込まず、いろいろなところに頼りながら、自分らしい子育てができるように、団体と一緒に赤ちゃんとお母さんをサポートしていきます。団体が持つ専門性や強みを活かして実施してもらい、参加者の声や参加状況などを見ながら、今後の発展を検討していきたいと考えています。

この方にお話を聞きました

子ども家庭センター
保健師 中野 水貴 さん



お問い合わせ

子ども家庭センター 子ども保健係
TEL 0940-36-1365
FAX 0940-37-3046

団体紹介

あかちゃんの育つ環境を守る会・ゆるりんこ

団体
ウェブサイトは
こちら



2018年3月設立。赤ちゃんの育つ環境について学び、安心して自分らしい子育てができるようサポート。「はじめのはじめのいっぽセミナー」をはじめ、お母さん同士の交流の場づくりやフリースペースの提供、子育て講座などを実施している。



安井さん 林田さん 藤原さん 向江さん 中村さん

この方にお話を聞きました

代表 林田 公子 さん
藤原 浩美 さん

お問い合わせ

yururinko56@gmail.com

学びのタネ

「はじめのはじめのいっぽセミナー」は、“市民の力”と“行政の力”が結びつき、協働で地域の課題解決を目指す取り組みです。団体が長年培ってきた専門性と実践力に、宗像市が持つ信頼性、そして広報力が加わることで、より多くの赤ちゃんとお母さんにより良い支援を届けることができます。市民の声が行政を動かし、ともに課題を乗り越え、地域をより豊かにしていく。“ひとつぶ”の想いが、まちを動かす力になるのです。

*1) それぞれがもつ知識や知恵を持ち寄り、対等な立場で、同じ目的に向かって共に活動し、地域課題に向けて取り組むこと。

*2) 第1子6ヶ月未満の赤ちゃんとお母さんがグループで学ぶ経験型プログラム「IPPO（いっぽ）」の基本理念に基づいて実施。各市町村で事業が展開されている。

*3) 行政がルールや計画をつくる時に市民の意見を募集する仕組み。

活動の効率化を図る

お役立ちツール紹介

今回は

チャットジーピーティー

ChatGPT

近年活用が注目されている生成AI。アイデア出しや資料作りなど、市民活動においてもさまざまな場面でサポートしてくれる強い味方です。今回は団体で活用できそうな事例を3つ紹介します。ぜひ参考にしてみてください。

★ AIの情報は常に正しいとは限りません。参考情報としてご利用ください

1. 提案してもらおう！

イベントのタイトルがなかなか決まらないわ…

ChatGPTにこう聞いてみよう！

「ゴミ拾いをしながら環境について考えるイベントを開催します。イベントのタイトルを提案してください」

ゴミ拾いと環境をテーマにしたイベントにふさわしいタイトルを、いくつかご提案します。

・まちピカ大作戦！
～ゴミひろいで地球にやさしく～

⋮



自分ではなかなか思い浮かばないタイトルに出会えました。うれしい！

2. 添削してもらおう！

チラシを作ったんだけど、できあがりがいマイチ…

ChatGPTにこう聞いてみよう！

「高齢者を対象にしたイベントのチラシです。どこをどう改善したらいいのか、アドバイスをください」

※チラシデータをチャットに添付してください

改善できるポイントが5つあります。

・申込み情報を大きく目立たせる

⋮



具体的な改善ポイントとその理由をわかりやすく説明してくれました。目からウロコです！

3. 探してもらおう！

子ども食堂に活用できる助成金はないかな…

ChatGPTにこう聞いてみよう！

「福岡県内で子ども食堂の運営に活用できる助成金について教えてください」

主な助成金についてまとめました。特定の市町村の情報もご希望であれば案内可能です。

⋮



自分で調べるのは大変だけど、情報をまとめて出してくれて助かりました。心強いです！



市民活動団体登録情報

新しく登録された市民活動団体を紹介します。

宗像市市民活動
団体登録数

137

- | | |
|------------------|-----------------|
| ▶ ゆるび | ▶ mitomeru |
| ▶ 特定非営利活動法人 猫つくし | ▶ むな猫 |
| ▶ お寺にゃんこ宗像 | ▶ 手話サークル「シュワッチ」 |
| ▶ 宗像ロータリークラブ | ▶ 未来通信イノベーション協会 |

※令和7年2月～令和7年6月末までに新規登録した団体

- ▶ 宗像市消防団 女性班
- ▶ 稲元八幡宮の環境を守る会
- ▶ 日の里9丁目子ども会

団体の詳細は
こちらから

市民活動についてのご相談はこちら

アンケートプレゼントコーナー

抽選で
3名

アンケートに答えていただいた人に抽選で
「QUOカード 500円分」をプレゼント！

当選者の発表は9月下旬、プレゼントの発送をもって
代えさせていただきます。

■ 応募締切は 9月19日(金) ■ アンケート回答はこちら



宗像市 市民活動・NPO センター

[住 所] 宗像市久原 180 番地 メイトム宗像内

[TEL] 0940-36-0311

[mail] info@pentagon67.com

[開設時間] 9:00～17:00 (土日祝日休み)

[運 営] 一般社団法人 PENTAGON

ウェブサイト
vとつぷ